



SENSORIAMED
DOMINIKA
OSTROWSKA

★★★★★ 5,0 / 5
32 oceny

Zielony gabinet w praktyce - Zrównoważona terapia refleksologii twarzy i głowy z masażem transbukalny. Wdrożenie zasad gospodarki o obiegu zamkniętym - szkolenie

Numer usługi 2026/06/30/185827/3660346

📍 Tarnowskie Góry
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 24:00 h
📅 11.09.2026 do 22.09.2026

6 150,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
256,25 PLN brutto/h
208,33 PLN netto/h
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych - praktykujących lub planujących pracę w zawodach kosmetycznych, terapeutycznych i holistycznych (kosmetologów, fizjoterapeutów, masażystów, terapeutów manualni twarzy, refleksologów, specjalistów wellness), które z własnej inicjatywy chcą rozwinąć zielone kompetencje niezbędne do prowadzenia gabinetu w modelu zrównoważonym (zielony gabinet) i jednocześnie poszerzyć warsztat o zaawansowane techniki zintegrowanej terapii twarzy: masaż transbukalny połączony z refleksologią twarzy i głowy.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	10-09-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa prowadzi do nabycia zielonych kompetencji jako rezultatu wiodącego. Po jej zakończeniu uczestnik samodzielnie planuje, wdraża i ocenia prowadzenie gabinetu terapeutycznego zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju i gospodarki o obiegu zamkniętym. Ogranicza zużycie zasobów i mat. jednorazowych, gospodaruje odpadami, dobiera produkty według kryteriów środowiskowych, ogranicza ślad środowiskowy usługi oraz komunikuje wartość zrównoważonej usługi klientowi, przeciwdziałając greenwashingowi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje i prowadzi gabinet kosmologiczno-terapeutyczny w modelu zrównoważonym i w logice GOZ	charakteryzuje hierarchię postępowania z odpadami oraz segreguje i zagospodarowuje odpady z zabiegu, w tym niebezpieczne (medyczne/kosmetyczne)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	planuje zasobooszczędną organizację stanowiska - ogranicza zużycie wody, płynów i preparatów, racjonalnie dawkuje	Obserwacja w warunkach symulowanych
	mierzy i ogranicza ślad środowiskowy usługi; uzasadnia ograniczenie metod i produktów wysokoemisyjnych	Test teoretyczny
	dobiera kosmetyki, opakowania i wyposażenie wg kryteriów środowiskowych; rozpoznaje ekoetykiety i greenwashing	Test teoretyczny
Charakteryzuje podstawy teoretyczne zintegrowanej terapii twarzy	opracowuje Kartę zrównoważonego (zielonego) gabinetu: diagnoza, cele środowiskowe, wskaźniki, plan działań	Obserwacja w warunkach symulowanych
	omawia anatomie topograficzną twarzy i głowy oraz mikrosystemy projekcyjne (refleksologia)	Test teoretyczny
	rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do zintegrowanego zabiegu	Test teoretyczny
	charakteryzuje zasady BHP, aseptyki, ergonomii oraz RODO na stanowisku zabiegowym	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje masaż transbukalny	przygotowuje zasobooszczędnie i aseptycznie stanowisko zabiegowe	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje fazę zewnętrzną masażu (drenaż, rozgrzewanie)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje fazę wewnątrzną (żwacz, punkty spustowe) z zachowaniem zasad bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
	dawkuje preparaty, ogranicza jednorazówki i prowadzi bieżącą segregację odpadów	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje refleksologię twarzy i głowy oraz integruje ją z masażem transbukalnym	realizuje sekwencję refleksologii twarzy i głowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	integruje refleksologię z masażem transbukalnym w spójny protokół	Obserwacja w warunkach symulowanych
	monitoruje zużycie zasobów (woda/energia) w trakcie zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Realizuje pełny zintegrowany, zasobooszczędny protokół zabiegowy	wykonuje pełny protokół z kontrolą śladu środowiskowego i niskoemisyjnością	Obserwacja w warunkach symulowanych
	prowdzi prawidłową segregację odpadów, w tym niebezpiecznych, w trakcie zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ocenia jakość i bezpieczeństwo wykonanego zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Projektuje i komunikuje zrównoważoną usługę oraz przeciwdziała greenwashingowi	projektuje zindywidualizowaną, zrównoważoną usługę (oferta, komunikacja wartości środowiskowej klientowi)	Test teoretyczny
	uzasadnia klientowi wartość środowiskową usługi bez wprowadzania w błąd (przeciwdziałanie greenwashingowi)	Test teoretyczny
	przyjmuje odpowiedzialność za środowiskowe skutki prowadzonej praktyki zawodowej	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Podmiot zewnętrzny
Nazwa Podmiotu certyfikującego	FUNDACJA MY PERSONALITY SKILLS ul. Batalionów Chłopskich 19 33-300 Nowy Sącz

Program

Dzień 1 - Zasobooszczędna procedura zabiegowa, integracja kompetencji zawodowych z zielonymi praktykami na każdym etapie zabiegu

Zakres tematyczny:

- Podstawy teoretyczne terapii twarzy (anatomia topograficzna, mikrosystemy projekcyjne, refleksologia); wskazania i przeciwwskazania; BHP, aseptyka, ergonomia, RODO, zasobooszczędne i niskoodpadowe przygotowanie stanowiska
- Anatomia palpacyjna; masaż transbukalny - faza zewnętrzna (drenaż, rozgrzewanie) i wewnętrzna (żwacz, punkty spustowe); dawkowanie preparatów, ograniczanie jednorazówek, bieżąca segregacja odpadów
- Refleksologia twarzy i głowy - sekwencja oraz integracja z masażem transbukalnym; monitorowanie zużycia zasobów (woda/energia) w trakcie zabiegu
- Pełny zintegrowany protokół - ćwiczenia w parach / na modelkach; kontrola śladu środowiskowego i bieżąca segregacja odpadów, w tym niebezpiecznych

Metody kształcenia: instruktaż i pokaz, ćwiczenia praktyczne w parach / na modelkach, praca pod nadzorem trenera z bieżącą korektą.

Dzień 2 - Zielony gabinet w logice GOZ i PRT WSL

Zakres tematyczny:

- Zielona transformacja regionu (FST, „Zielony Śląsk”); PRT WSL 2019-2030, Obszar 3 „Technologie dla ochrony środowiska”, pojęcie zielonych kompetencji, hierarchia postępowania z odpadami
- Zasobooszczędność - woda, energia i materiały; ograniczanie produktów jednorazowych, ograniczanie śladu środowiskowego, niskoemisyjność
- Zielone zaopatrzenie - kryteria środowiskowe doboru kosmetyków, opakowań, wyposażenia, ekoetykiety i certyfikaty, krótki łańcuch dostaw, rozpoznawanie greenwashingu
- Gospodarka odpadami w gabinecie, w tym niebezpiecznymi (medyczne, kosmetyczne) - segregacja i zagospodarowanie wg przepisów, zarządzanie środowiskiem, dokumentacja środowiskowa i RODO ćwiczenia GOZ w warunkach symulowanych.

Metody kształcenia: wykład interaktywny, analiza przypadków, ćwiczenia warsztatowe na realnym stanowisku, praca z „Kartą zielonego gabinetu”.

Dzień 3 - Projektowanie i wdrożenie zielonej usługi + walidacja

Zakres tematyczny:

- Projektowanie zindywidualizowanej, zrównoważonej usługi (oferta, cennik, komunikacja wartości środowiskowej klientowi, przeciwdziałanie greenwashingowi)

- Opracowanie „Karty zrównoważonego (zielonego) gabinetu” - diagnoza, cele środowiskowe, wskaźniki, plan działań, zarządzanie odpadami i zasobami - podsumowanie.
- Wewnętrzny egzamin praktyczny pod wskazany przypadek z zastosowaniem zielonych kompetencji oraz uzasadnienia wybranych produktów, technik, metod oraz rozwiązań.
- Integracja protokołu i przygotowanie do walidacji - omówienie kryteriów i metod; próbne wykonanie zasobooszczędnego protokołu z prawidłową segregacją odpadów

Część walidacyjna (blok ciągły 1 godz. - 16-17)

- Obserwacja w warunkach symulowanych: pełny, zasobooszczędny protokół zabiegowy z prawidłową segregacją odpadów oraz prezentacja/zastosowanie „Karty zielonego gabinetu”.
- Test teoretyczny: zielone kompetencje (GOZ, hierarchia odpadów, kryteria środowiskowe, niskoemisyjność, greenwashing) oraz podstawy terapii; zakończenie.

Metody kształcenia: warsztat projektowy, praca z dokumentacją środowiskową, symulacja zabiegu, następnie walidacja.

Usługa ma charakter edukacyjny i prowadzi do uzyskania kwalifikacji - zestawu efektów uczenia się (wiedza, umiejętności, kompetencje społeczne) sprawdzonych w walidacji i formalnie potwierdzonych przez uprawniony podmiot certyfikujący (instytucję międzynarodową). Po zakończeniu usługi uczestnik samodzielnie planuje, wykonuje i ocenia zintegrowany zabieg terapii twarzy łączący masaż transbukalny z refleksologią twarzy i głowy oraz prowadzi gabinet kosmetyczno-terapeutyczny zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju i gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ): ogranicza zużycie wody, energii i materiałów jednorazowych, prawidłowo gospodaruje odpadami (w tym niebezpiecznymi), dobiera produkty i wyposażenie według kryteriów środowiskowych, mierzy i ogranicza ślad środowiskowy usługi oraz komunikuje wartość zrównoważonej usługi klientowi, przeciwdziałając greenwashingowi.

Zakres tematyczny usługi prowadzi do nabycia zielonych kompetencji - organizacji i prowadzenia usług kosmetyczno - terapeutycznych w modelu zrównoważonym i w logice GOZ. Kompetencje te wpisują się wprost w nazwane grupy technologii Obszaru 3 PRT WSL 2019-2030 woj. Śląskiego w cele transformacji ekologicznej regionu (FST), w Regionalną Strategię Innowacji WSL 2030 oraz w KIS 7 (GOZ). Zielony charakter usługi wynika bezpośrednio z celu edukacyjnego, efektów uczenia się wraz z kryteriami i metodami walidacji, programu oraz harmonogramu

Sposób organizacji walidacji

Walidacja przeprowadzona będzie z zachowaniem rozdzielności funkcji przez podmiot zewnętrzny, który zostanie wskazany na 7 dni przed data rozpoczęcia się usługi . Zastosowano dwie metody walidacji, obserwację w warunkach symulowanych i test teoretyczny Obie metody ujęte są w harmonogramie dnia trzeciego w bloku między 16:00 a 17:00. Pozytywny wynik obu części jest warunkiem nabycia kwalifikacji. Certyfikat zostanie dostarczony uczestnikom drogą mailową do 7 dni po zakończeniu szkolenia. O wyniku certyfikacji uczestnicy zostaną poinformowani ostatniego dnia szkolenia po zakończonej walidacji.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 25

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 25 Wprowadzenie do szkolenia	Zajęcia	Dominika Ostrowska	11-09-2026	09:00	09:20	00:20

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 25 Podstawy terapii twarzy (anatomia topograficzna, mikrosystemy projekcyjne, refleksologia); wskazania i przeciwwskazania; BHP, aseptyka, ergonomia, RODO, zasobooszczędne i przygotowanie stanowiska	Zajęcia	Dominika Ostrowska	11-09-2026	09:20	10:30	01:10
3 z 25 -	Przerwa	-	11-09-2026	10:30	10:45	00:15
4 z 25 Anatomia palpacyjna, masaż transbukalny - faza zewnętrzna (drenaż, rozgrzewanie) i wewnętrzna (żwacz, punkty spustowe); dawkowanie preparatów, ograniczanie jednorazówek, bieżąca segregacja odpadów	Zajęcia	Dominika Ostrowska	11-09-2026	10:45	12:15	01:30
5 z 25 -	Przerwa	-	11-09-2026	12:15	13:00	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 25 Refleksologia twarzy i głowy - sekwencja oraz integracja z masażem transbukalnym; monitorowanie zużycia zasobów (woda/energia) w trakcie zabiegu	Zajęcia	Dominika Ostrowska	11-09-2026	13:00	14:30	01:30
7 z 25 -	Przerwa	-	11-09-2026	14:30	14:45	00:15
8 z 25 Pełny zintegrowany protokół - ćwiczenia w parach/na modelkach; kontrola śladu środowiskowego i bieżąca segregacja odpadów, w tym niebezpiecznych	Zajęcia	Dominika Ostrowska	11-09-2026	14:45	17:00	02:15
9 z 25 Przypomnienie dnia poprzedniego i wprowadzenie do drugiego dnia szkolenia	Zajęcia	Dominika Ostrowska	12-09-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 25 Zielona transformacja regionu: FST, „Zielony Śląsk”, PRT Technologie dla ochrony środowiska, pojęcie zielonych kompetencji, hierarchia postępowania z odpadami	Zajęcia	Dominika Ostrowska	12-09-2026	09:30	10:30	01:00
11 z 25 -	Przerwa	-	12-09-2026	10:30	10:45	00:15
12 z 25 Zasobooszczędność - woda i ścieki oraz energia i materiały; ograniczanie jednorazówek ; ograniczanie śladu środowiskowego, niskoemisyjność	Zajęcia	Dominika Ostrowska	12-09-2026	10:45	12:15	01:30
13 z 25 -	Przerwa	-	12-09-2026	12:15	13:00	00:45
14 z 25 Zielone zaopatrzenie - kryteria środowiskowe doboru kosmetyków, opakowań i wyposażenia, ekoetykiety i certyfikaty, krótki łańcuch dostaw; rozpoznawanie greenwashingu (KIS 7)	Zajęcia	Dominika Ostrowska	12-09-2026	13:00	14:30	01:30
15 z 25 -	Przerwa	-	12-09-2026	14:30	14:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 25 Gospodarka odpadami w gabinecie, w tym niebezpiecznymi - segregacja i zagospodarowanie wg przepisów. Zarządzanie środowiskiem , dokumentacja środowiskowa i RODO, ćwiczenia GOZ na realnym stanowisku	Zajęcia	Dominika Ostrowska	12-09-2026	14:45	17:00	02:15
17 z 25 Projektowanie zindywidualizowanej, zrównoważonej usługi (oferta, cennik, komunikacja wartości środowiskowej klientowi, przeciwdziałanie greenwashingowi	Zajęcia	Dominika Ostrowska	13-09-2026	09:00	10:30	01:30
18 z 25 -	Przerwa	-	13-09-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 25 Opracowanie „Karty zrównoważonego (zielonego) gabinetu” - diagnoza, cele środowiskowe, wskaźniki, plan działań, zarządzanie odpadami i zasobami - podsumowanie	Zajęcia	Dominika Ostrowska	13-09-2026	10:45	12:15	01:30
20 z 25 -	Przerwa	-	13-09-2026	12:15	13:00	00:45
21 z 25 Integracja protokołu - omówienie kryteriów i metod; próbne wykonanie zasobooszczędnego protokołu z prawidłową segregacją odpadów	Zajęcia	Dominika Ostrowska	13-09-2026	13:00	14:45	01:45
22 z 25 Przypomnienie materiału i wykonanie pełnego zabiegu terapii manualnej pod wskazany przypadek przez trenera	Zajęcia	Dominika Ostrowska	13-09-2026	14:45	15:45	01:00
23 z 25 -	Przerwa	-	13-09-2026	15:45	16:00	00:15
24 z 25 -	Walidacja	-	13-09-2026	16:00	16:40	00:40
25 z 25 -	Walidacja	-	13-09-2026	16:40	17:00	00:20

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	19:15
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	03:45
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	27:00

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeżeli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 150,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	256,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	208,33 PLN
W tym koszt walidacji brutto	123,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	100,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	553,50 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	450,00 PLN

Liczba godzin usługi

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominika Ostrowska

Pani Dominika to doświadczona trenerka i edukatorka zdrowotna, która od ponad 9 lat z powodzeniem prowadzi szkolenia, a jej prawdziwą pasją są terapie naturalne, w szczególności akupunktura kosmetyczna, pinezkowanie twarzy i terapia Bowena. Swoją praktykę prowadzi w Tarnowskich Górach, gdzie z powodzeniem łączy medycynę naturalną z nowoczesnym podejściem do zdrowia i estetyki. Jej doświadczenia w dziedzinie akupunktury pozwalają na holistycznym podejściu do każdego klienta, zarówno w zakresie poprawy wyglądu skóry, redukcji zmarszczek, jak i poprawy ogólnego samopoczucia. Pani Dominika słynie z dbałości o wysoką jakość przekazywanej wiedzy. Prowadzone przez nią szkolenia kierowane są do osób które chcą zdobyć kwalifikacje z zakresu skutecznych, naturalnych metody pracy z twarzą i ciałem. Dzięki praktycznemu doświadczeniu oraz zaangażowaniu w rozwój uczestników, każde szkolenie prowadzone przez Panią Dominikę to połączenie wiedzy, pasji i realnych efektów. Dominika posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

Międzynarodowa Szkoła Akupunktury AcuArt w Katowicach (marzec 2026).
Terapia Bowena (maj 2025)
Szkolenie BODY PROCES (maj 2024).
Terapia bańkami chińskimi (luty 2024)
Masaż gorącymi kamieniami (czerwiec 2024)
Szkolenie Japoński Masaż Kobido (sierpień 2023).
Szkolenie ACCES BARS PRACTITIONER (czerwiec 2023).
Szkolenie Soul Body Fusion (sierpień 2023)

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają

- Nlezbędne materiały wymagane podczas szkolenia do wykorzystania w jego trakcie.
- Skrypt szkoleniowy opracowany w formie papierowej jako obszerny materiał dydaktyczny z możliwością własnych notatek,
- Długopis

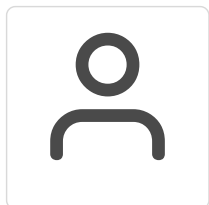
Informacje dodatkowe

- Podstawa zwolnienia: "Zwolnienie z VAT na podstawie §3 ust.1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70% ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane (Dz.U. z 2025 r., poz.832)
- Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej, zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.
- W przypadku potrzeby zapewnienia specjalnych udogodnień, przed zapisem na usługę prosimy o kontakt
- Program szkolenia stanowi własność intelektualną firmy szkoleniowej Sensoriamed

Adres

ul. Ratuszowa 12
42-600 Tarnowskie Góry
woj. śląskie

Kontakt



Grzegorz Ostrowski

E-mail sensoriamed@gmail.com

Telefon (+48) 604 330 547